



HOJA INFORMATIVA

Datos importantes sobre la gripe (*flu*) y la vacuna contra la gripe

Spanish translation of "Key Facts about Influenza and the Influenza Vaccine"
(<http://www.cdc.gov/flu/keyfacts.htm>)

¿Qué es la gripe (también conocida como el flu)?

La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa, causada por los virus de la gripe. La enfermedad puede variar de leve a grave e incluso provocar la muerte en ciertos casos. La mejor manera de prevenir esta enfermedad es recibir la vacuna contra la gripe todos los años en otoño.

Todos los años en los Estados Unidos, en promedio:

- entre el 5% y el 20% de la población contrae gripe;
- más de 200,000 personas son hospitalizadas por complicaciones de la gripe, y
- unas 36,000 personas mueren a causa de la gripe.

Algunas personas, entre ellas las de edad avanzada, los niños de poca edad y las personas que padecen ciertas afecciones de salud, enfrentan mayores riesgos de complicaciones serias a causa de la gripe.

Síntomas de la gripe

Los síntomas de gripe incluyen:

- fiebre (por lo general alta)
- dolor de cabeza
- cansancio extremo
- tos seca
- dolor de garganta
- Secreción o congestión nasal
- dolores musculares
- también pueden presentarse síntomas estomacales, como náusea, vómito y diarrea, pero son más comunes en los niños que en los adultos.

Complicaciones de la gripe

Las complicaciones causadas por la gripe incluyen la neumonía bacteriana, la deshidratación y el empeoramiento de enfermedades crónicas, tales como la insuficiencia cardíaca congestiva, el asma y la diabetes. Los niños pueden contraer sinusitis e infección de oídos.

Modo de propagación de la gripe

Los virus de la gripe se propagan a través de gotitas respiratorias que son liberadas al ambiente al toser y al estornudar. Suelen propagarse de persona a persona; sin embargo, en ocasiones, es posible que una persona se infecte al tocar algo que contiene los virus de la gripe y luego se toque la boca o la nariz. La mayoría de los adultos sanos pueden infectar a otras personas 1 día **antes** de que se presenten los síntomas hasta 5 días **después** de contraer la enfermedad. **Eso significa que usted puede infectar a otra persona con el virus de la gripe antes de saber que está enfermo, como también mientras está enfermo.**

Para prevenir la gripe, vacúnese

La mejor manera de prevenir la gripe es vacunándose todos los años en otoño. Existen dos tipos de vacunas:

Datos importantes sobre la gripe y la vacuna contra la gripe

(continuación de la página anterior)

- La vacuna contra la gripe administrada mediante inyección, que es una vacuna inactivada, (elaborada con virus muertos). Este tipo de vacuna es recomendada para personas de más de 6 meses de edad, tanto las sanas como aquellas con afecciones médicas crónicas.
- La vacuna contra la gripe de aplicación mediante atomizador nasal, elaborada con virus vivos debilitados que no causan gripe (algunas veces denominada vacuna viva atenuada o LAIV, por sus siglas en inglés). El uso de la LAIV está aprobado para personas sanas de edades comprendidas entre los 5 y 49 años, no embarazadas.

Aproximadamente dos semanas después de recibir la vacuna, el cuerpo genera los anticuerpos que protegen contra la infección por el virus de la gripe. Las vacunas contra la gripe no protegen contra las enfermedades parecidas a la gripe causadas por otros virus.

Período de vacunación

El mes de octubre o noviembre es el mejor momento para vacunarse, pero usted también puede beneficiarse al hacerlo en diciembre o más tarde. La temporada de la gripe puede comenzar en octubre y durar hasta finales de mayo.

Quiénes deben vacunarse

Por lo general, puede vacunarse cualquiera que desee reducir las posibilidades de contraer gripe. Sin embargo, ciertas personas deben vacunarse todos los años. Son aquellas personas que están expuestas a un riesgo alto de complicaciones graves por la gripe o aquellas que viven con una persona propensa a complicaciones graves o que cuidan de ella. Las personas que deben vacunarse todos los años son:

1.) Personas expuestas a un alto riesgo de complicaciones a causa de la gripe

- Personas de 65 años de edad en adelante;
- Personas que viven en asilos de ancianos y otros centros de atención de permanencia prolongada que hospedan a personas con enfermedades de larga duración;
- Adultos y niños de 6 meses de edad en adelante que tienen alguna afección cardíaca o pulmonar crónica, como el asma;
- Adultos y niños de 6 meses de edad en adelante que necesitan cuidados médicos constantes o que han estado hospitalizados el año previo a la vacuna por alguna enfermedad metabólica (como la diabetes), enfermedad renal crónica o un sistema inmunológico debilitado (incluidos los problemas del sistema inmunológico causados por medicinas o por infección por el virus de inmunodeficiencia humana [VIH / SIDA]);
- Niños de 6 meses a 18 años de edad que están en terapia prolongada con aspirina. (Los niños a quienes se les da aspirina mientras tienen la gripe corren el riesgo de contraer el síndrome de Reye);
- Las mujeres que estarán embarazadas durante la temporada de la gripe;
- Todos los niños de 6 a 23 meses de edad;
- Las personas que padecen cualquier afección que comprometa la función respiratoria o el manejo de las secreciones respiratorias (es decir, una afección que dificulte respirar o tragar, como una lesión o enfermedad cerebral, lesiones de la columna vertebral, trastornos con convulsiones o cualquier otro trastorno muscular o nervioso).

2.) Personas entre 56 y 64 años de edad. Debido a que casi un tercio de las personas entre 50 y 64 años de edad en los Estados Unidos tienen una o más afecciones que aumentan el riesgo de complicaciones a causa de la gripe, se recomienda vacunar a todas las personas entre en este grupo de edades.

3.) Personas que pueden transmitir la gripe a otras expuestas al riesgo de complicaciones.

Debe vacunarse cualquier persona que tenga un contacto cercano con alguien de un grupo de alto riesgo (ver arriba). Éstas incluyen a los trabajadores de la salud, las personas que viven en una misma casa y las

Datos importantes sobre la gripe y la vacuna contra la gripe

(continuación de la página anterior)

personas que cuidan niños entre 6 y 23 meses de edad fuera del hogar, y los contactos cercanos de las personas de 65 años de edad en adelante.

Los que no deben vacunarse

Hay personas que no deben ser vacunadas sin consultar antes a un médico. Se incluyen:

- Las que son muy alérgicas a los huevos de gallina.
- Las que en el pasado han tenido una fuerte reacción a la vacuna contra la gripe.
- Las que anteriormente contrajeron el síndrome de Guillain-Barré ([Guillain-Barré syndrome](#) o GBS, por sus siglas en inglés) en menos de 6 semanas de haber recibido la vacuna contra y la gripe.
- Los niños menores de 6 meses de edad (la vacuna contra la gripe no está aprobada para su uso en este grupo de edades).
- Las personas que tienen una enfermedad moderada o grave con fiebre, deben esperar hasta que se alivien los síntomas para vacunarse.

Si tiene alguna pregunta sobre si debería recibir la vacuna contra la gripe, consulte a su proveedor de atención médica.

Para más información, consulte www.cdc.gov/flu, o llame a los CDC al (800) CDC-INFO (inglés y español) u (888) 232-6358 (TTY).